

हर इंसान महत्वपूर्ण है!

दूसरों की इज़्जत करना!

पैट थॉमस, चित्र: लेस्ली, हिंदी: विदूषक



हर इंसान महत्वपूर्ण है!

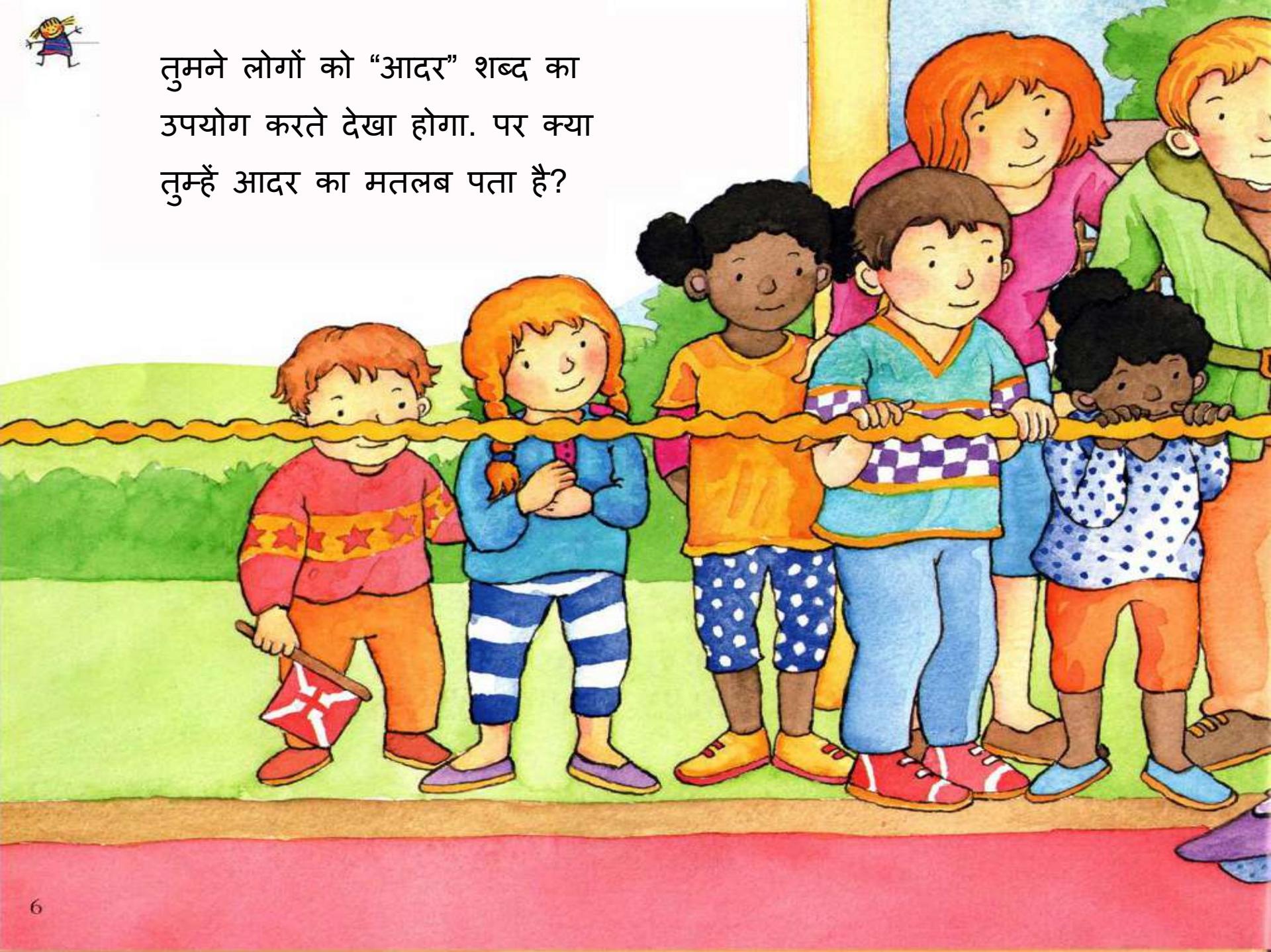
दूसरों की इज़्ज़त करना!

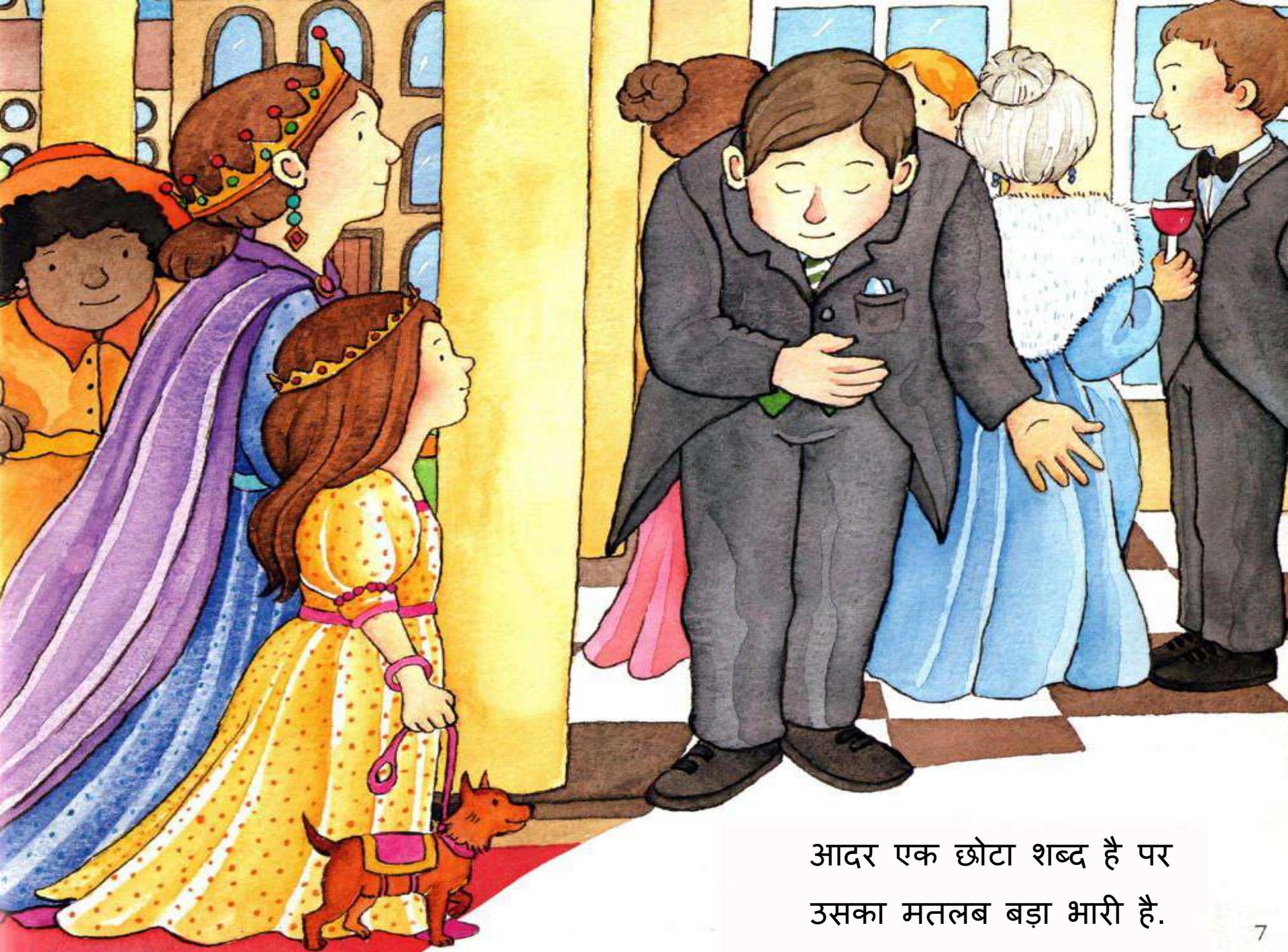


ऐट थॉमस, चित्र: लेस्ली, हिंदी: विदूषक



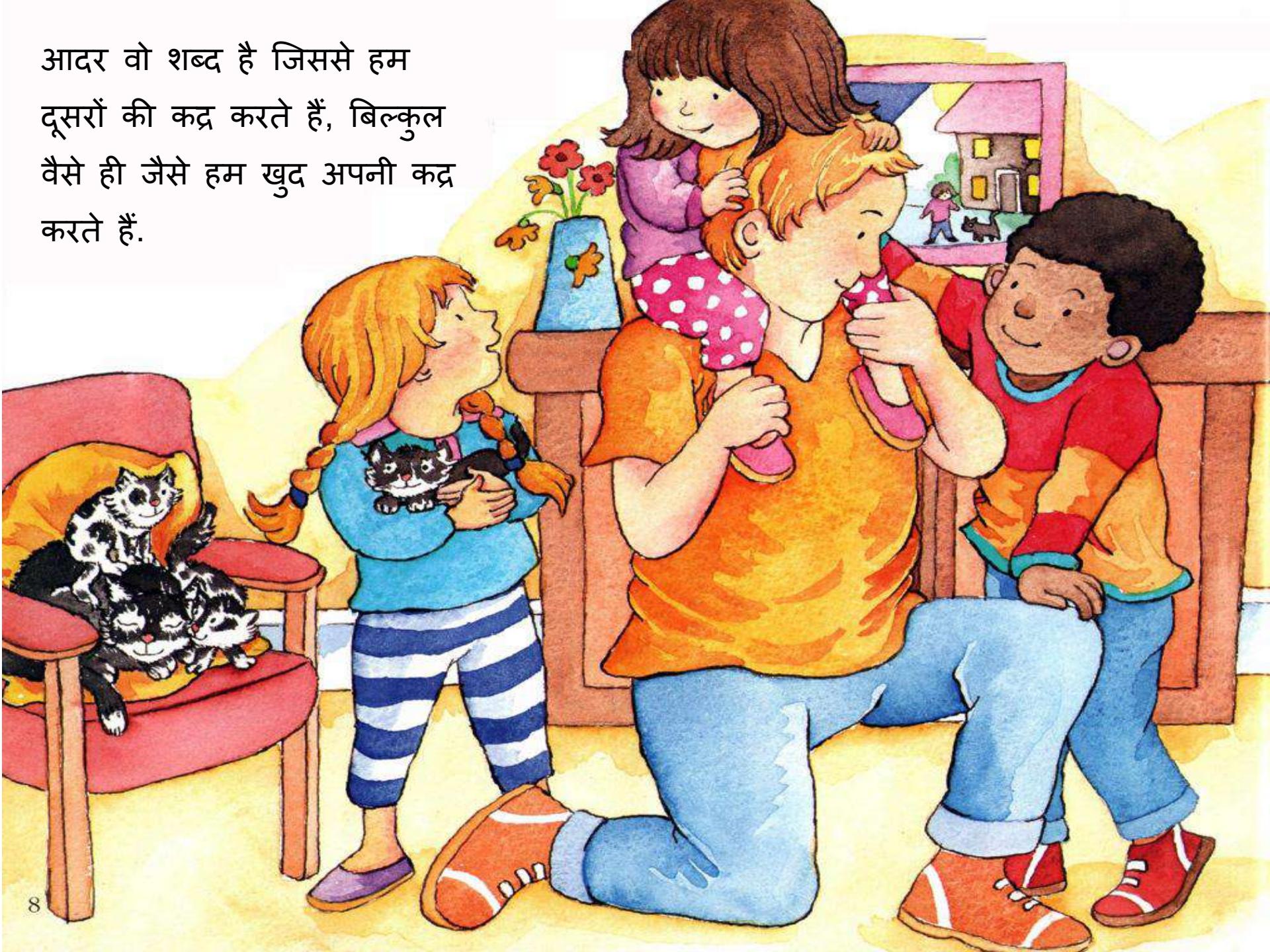
तुमने लोगों को “आदर” शब्द का
उपयोग करते देखा होगा. पर क्या
तुम्हें आदर का मतलब पता है?





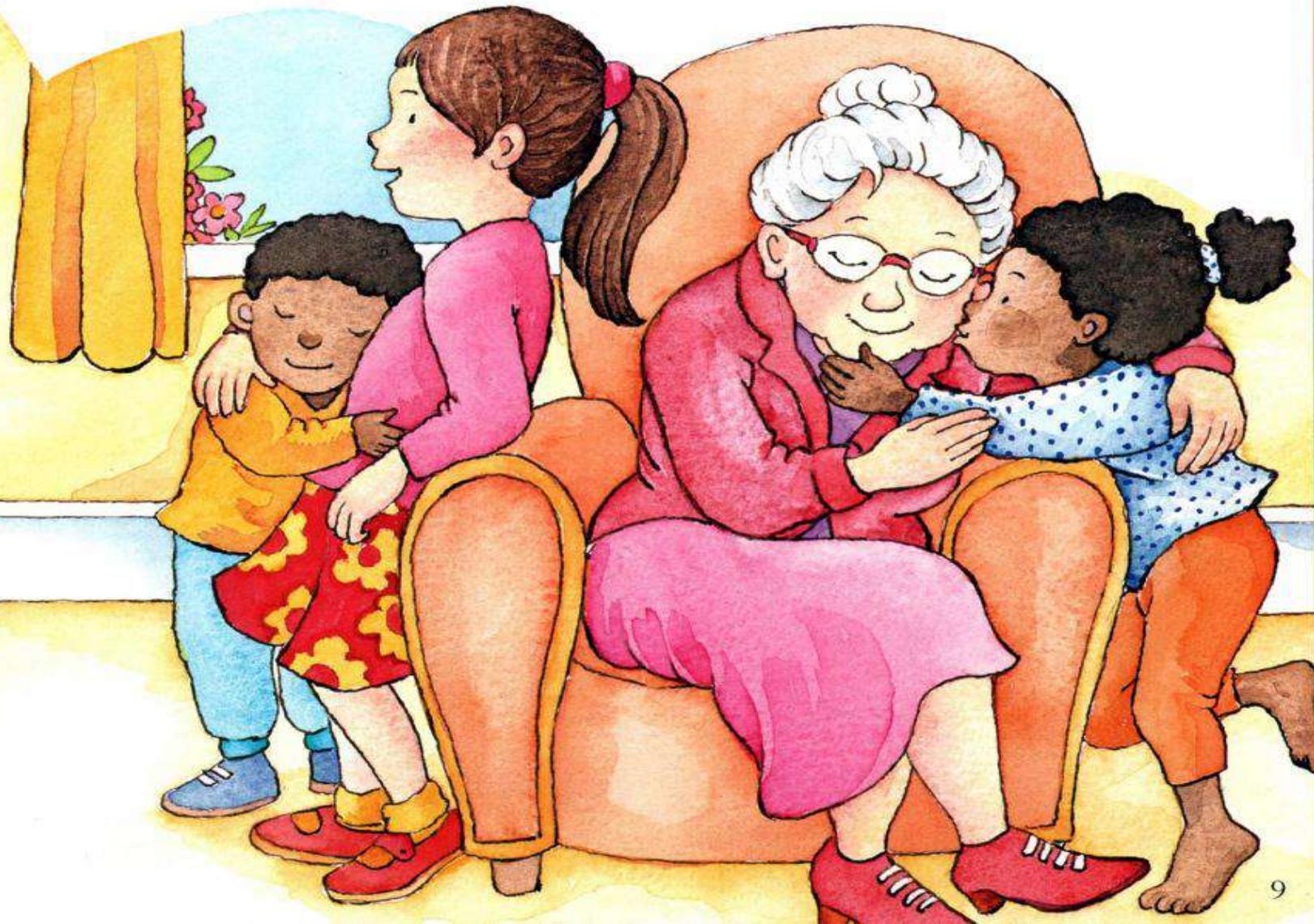
आदर एक छोटा शब्द है पर
उसका मतलब बड़ा भारी है.

आदर वो शब्द है जिससे हम
दूसरों की कद्र करते हैं, बिल्कुल
वैसे ही जैसे हम खुद अपनी कद्र
करते हैं.

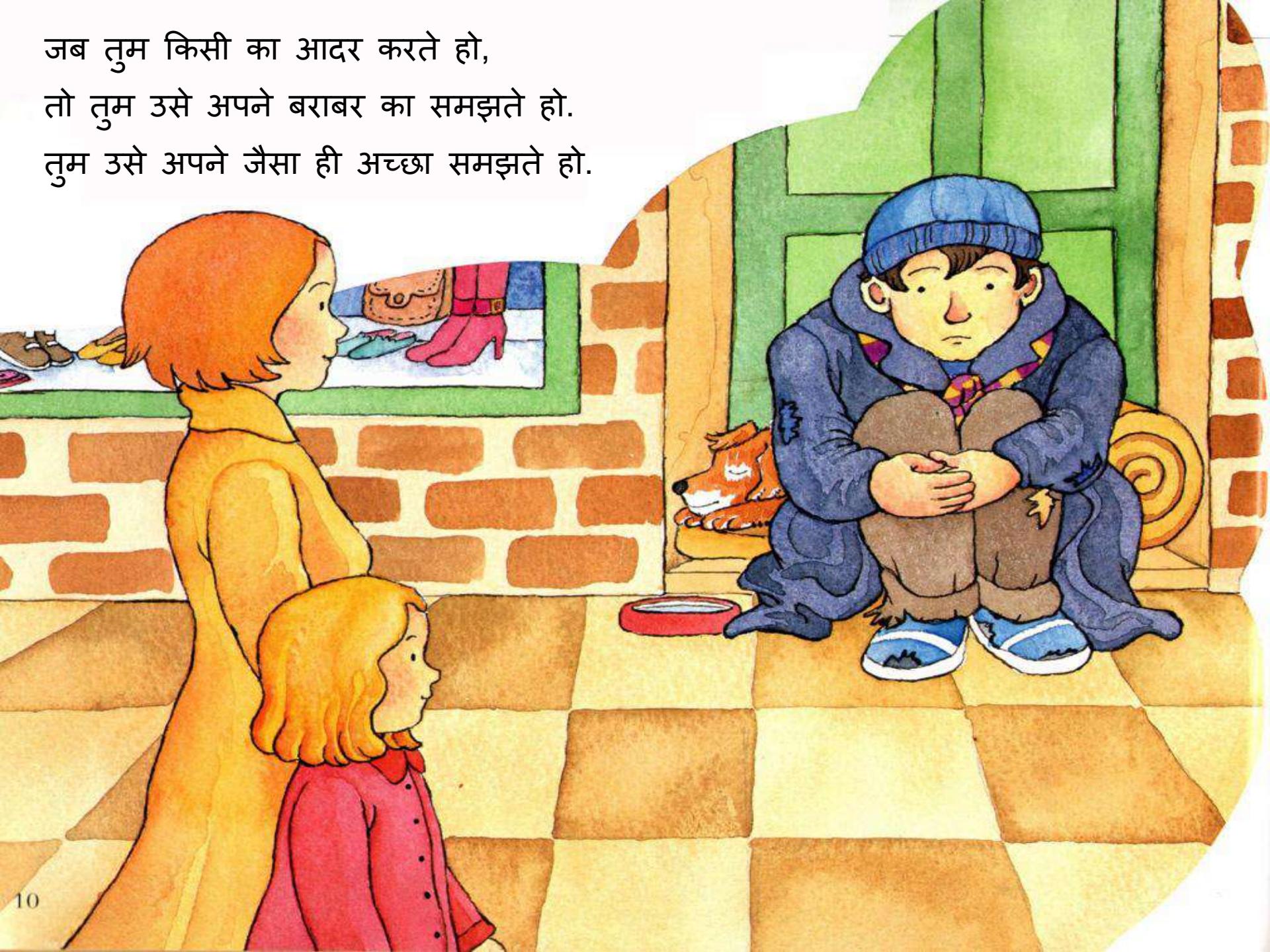




आदर का सीधा सम्बन्ध समानता, यानि बराबरी से है।



जब तुम किसी का आदर करते हो,
तो तुम उसे अपने बराबर का समझते हो.
तुम उसे अपने जैसा ही अच्छा समझते हो.





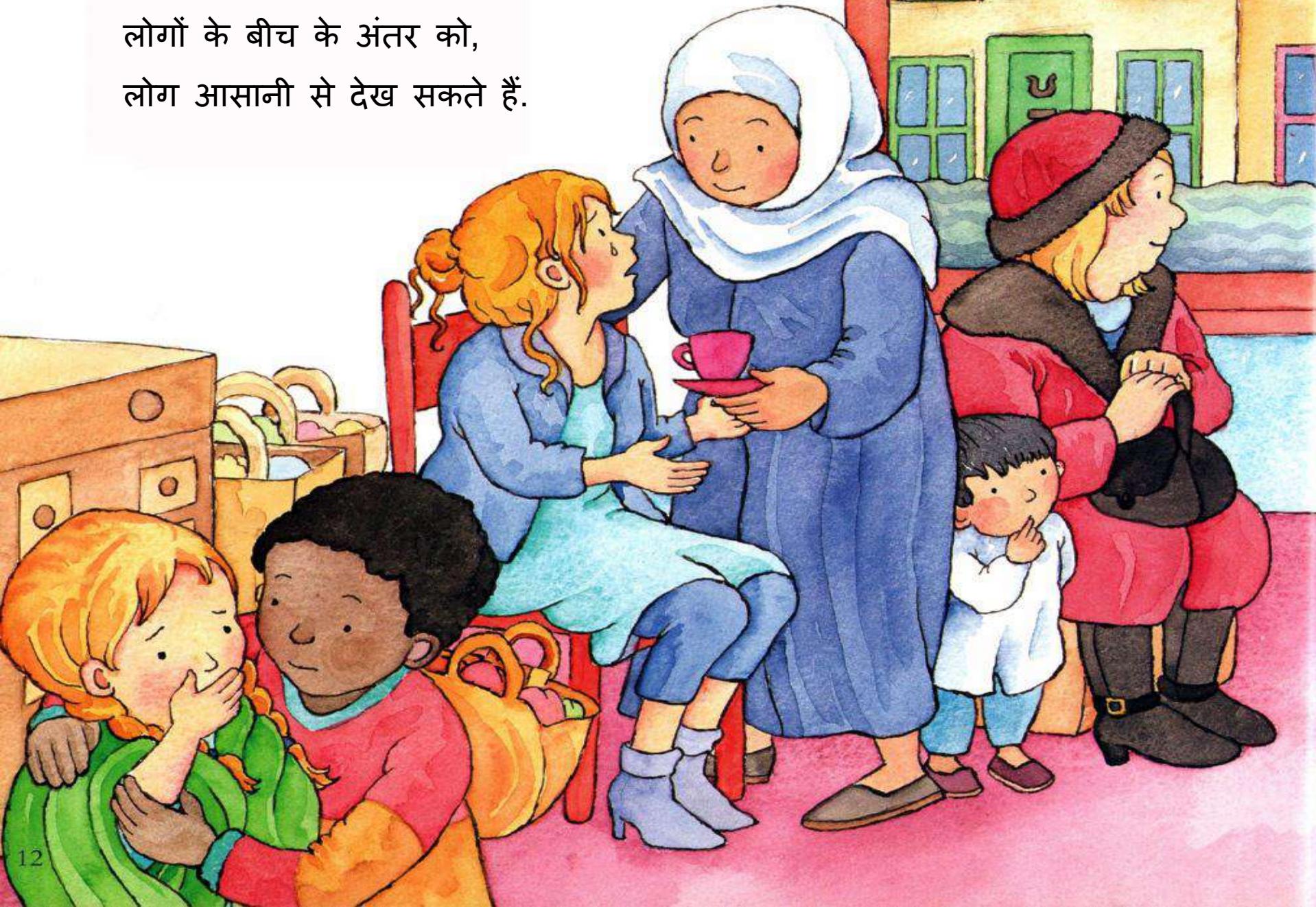
जब तुम किसी को बराबर का समझोगे, तो तुम ध्यान से,
उसके और अपने-बीच में समानताएं खोजोगे.....



....फिर तुम अपने बीच के अंतरों पर, उतना महत्व नहीं दोगे.



लोगों के बीच के अंतर को,
लोग आसानी से देख सकते हैं.

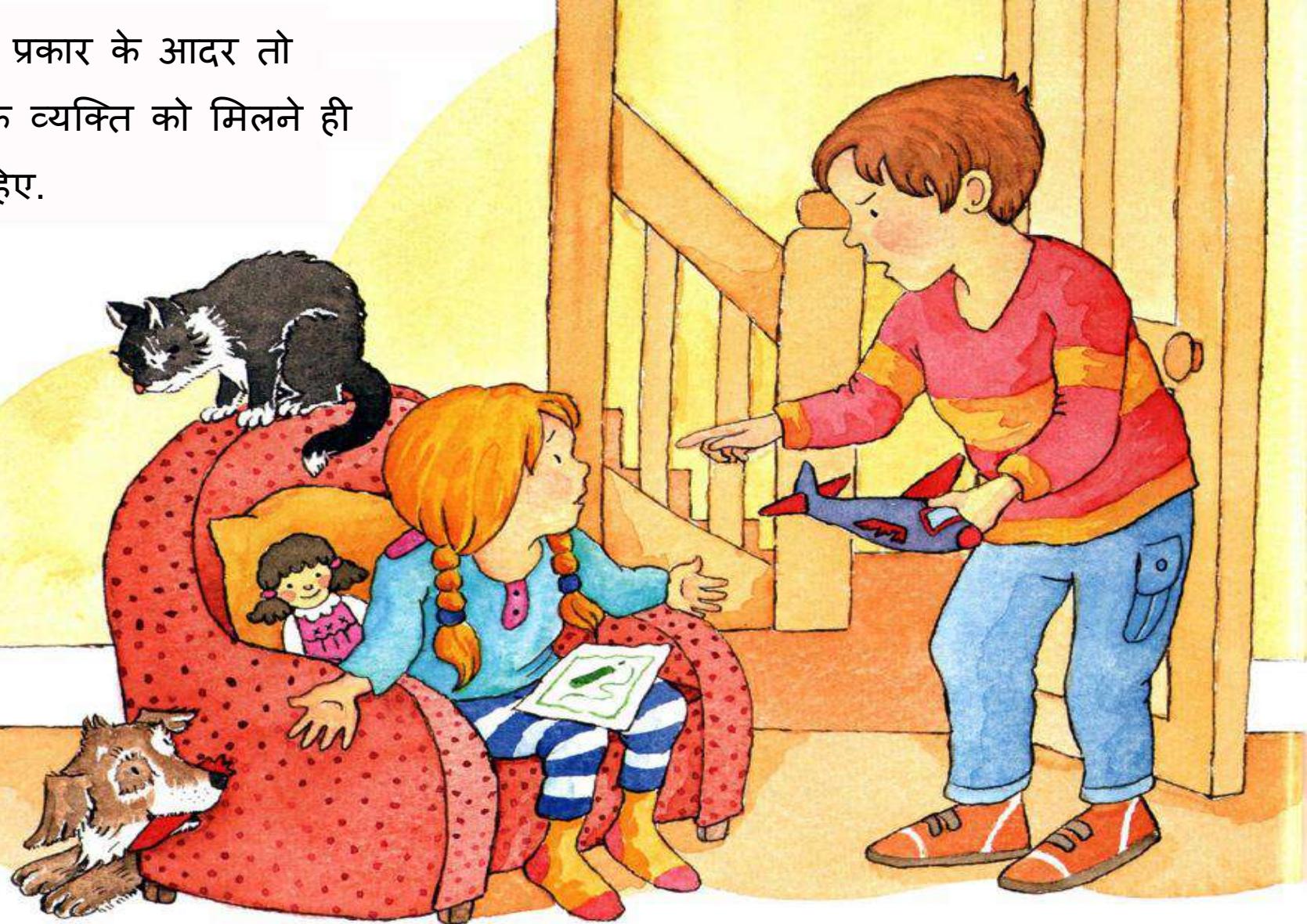




असल में हमारे दिल की भावनाएं
ही हमें, एक-दूसरे जैसा बनाती हैं.



कई प्रकार के आदर तो
हरेक व्यक्ति को मिलने ही
चाहिए.



जैसे - निष्पक्ष व्यवहार, “बुरे नामों” और गाली से निजात.



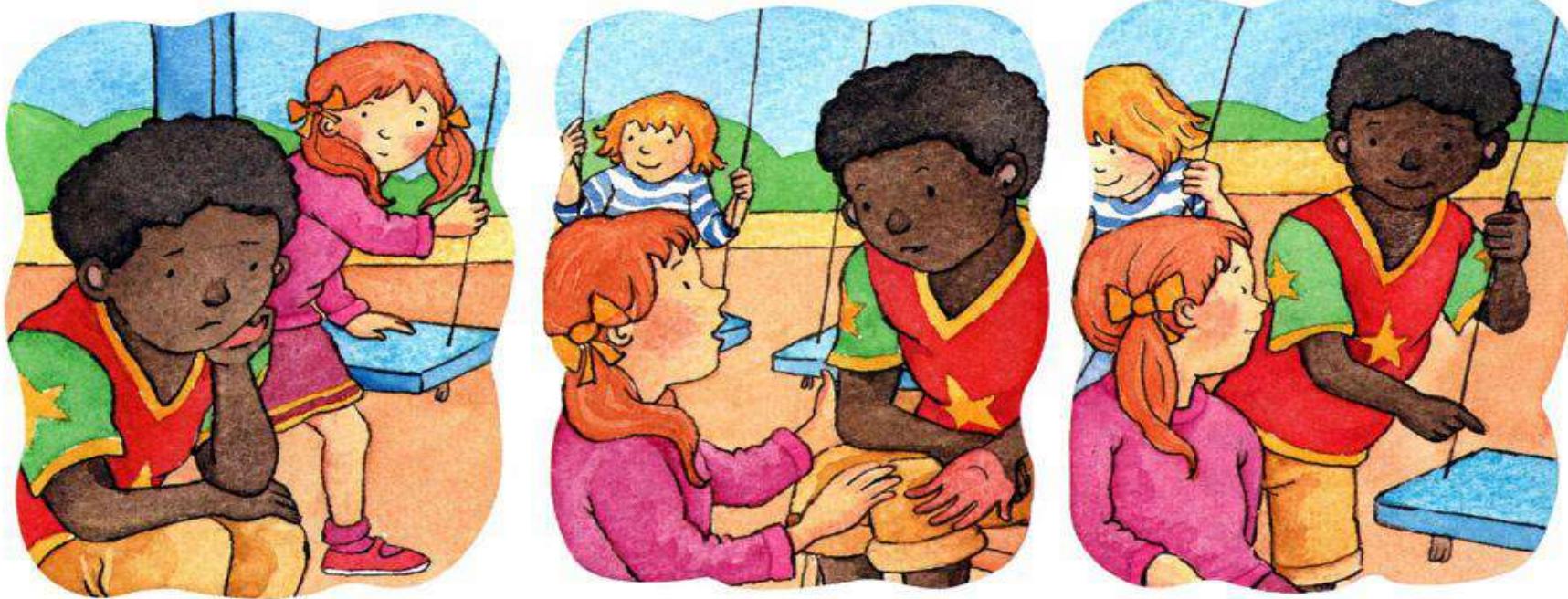
अगर कोई अलग-थलग दिखे, इसलिए कोई उसका मज़ाक नहीं उड़ाए.



कुछ प्रकार के आदर हमें अपने व्यवहार से कमाने पड़ते हैं जैसे - वादा निभाना, वफादारी, नम्रता, लोगों की बातें सुनना और दूसरों के साथ इमानदारी से पेश आना.



तुम अपने अच्छे व्यवहार से अन्य लोगों का जितनी इज़्ज़त दोगे,
वे भी वापसी में, तुम्हें उतनी ही इज़्ज़त देंगे.

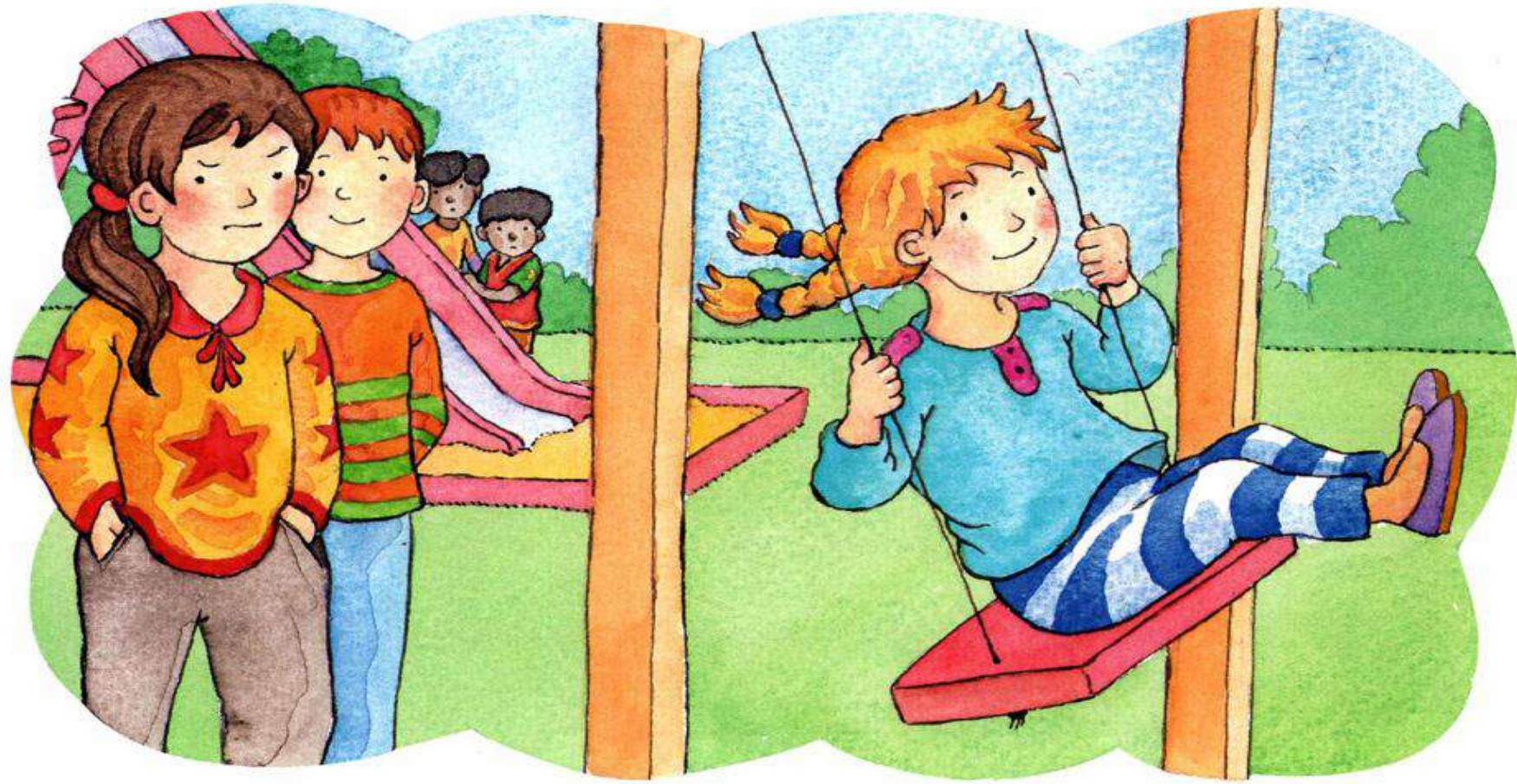


तुम क्या सोचते हो?

लोगों की इज़्ज़त करने के तुम कुछ तरीके सुझाओ?
क्या जानवरों और पेड़ों को भी हमारी इज़्ज़त की ज़रूरत है?



कुछ लोग सोचते हैं कि वो जोर-जबरदस्ती द्वारा,
लोगों से अपनी इज़्ज़त करवा सकते हैं



...और कुछ लोग, बिना किसी से अच्छा व्यवहार किए,
दूसरों से इज़्ज़त की उम्मीद रखते हैं.

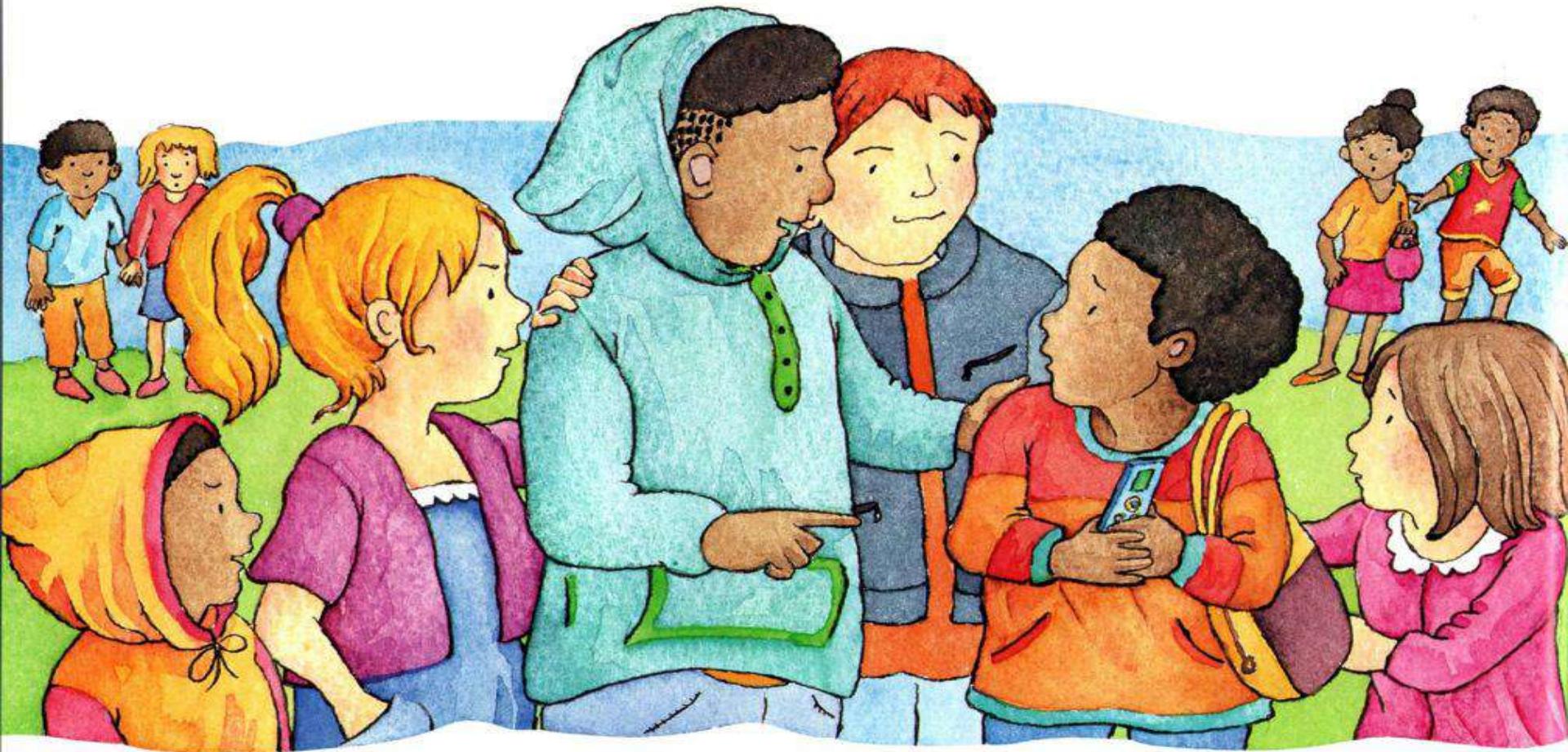


ऐसे लोग दादागीरी करके
लोगों को डराते हैं, और उन्हें
अपनी बातें मानने को मजबूर
करते हैं.





पर जब तुम किसी से डरते हो, तो उसका यह मतलब नहीं कि तुम उसका आदर करते हो. डरना और आदर, दोनों बिल्कुल अलग-अलग बातें हैं.





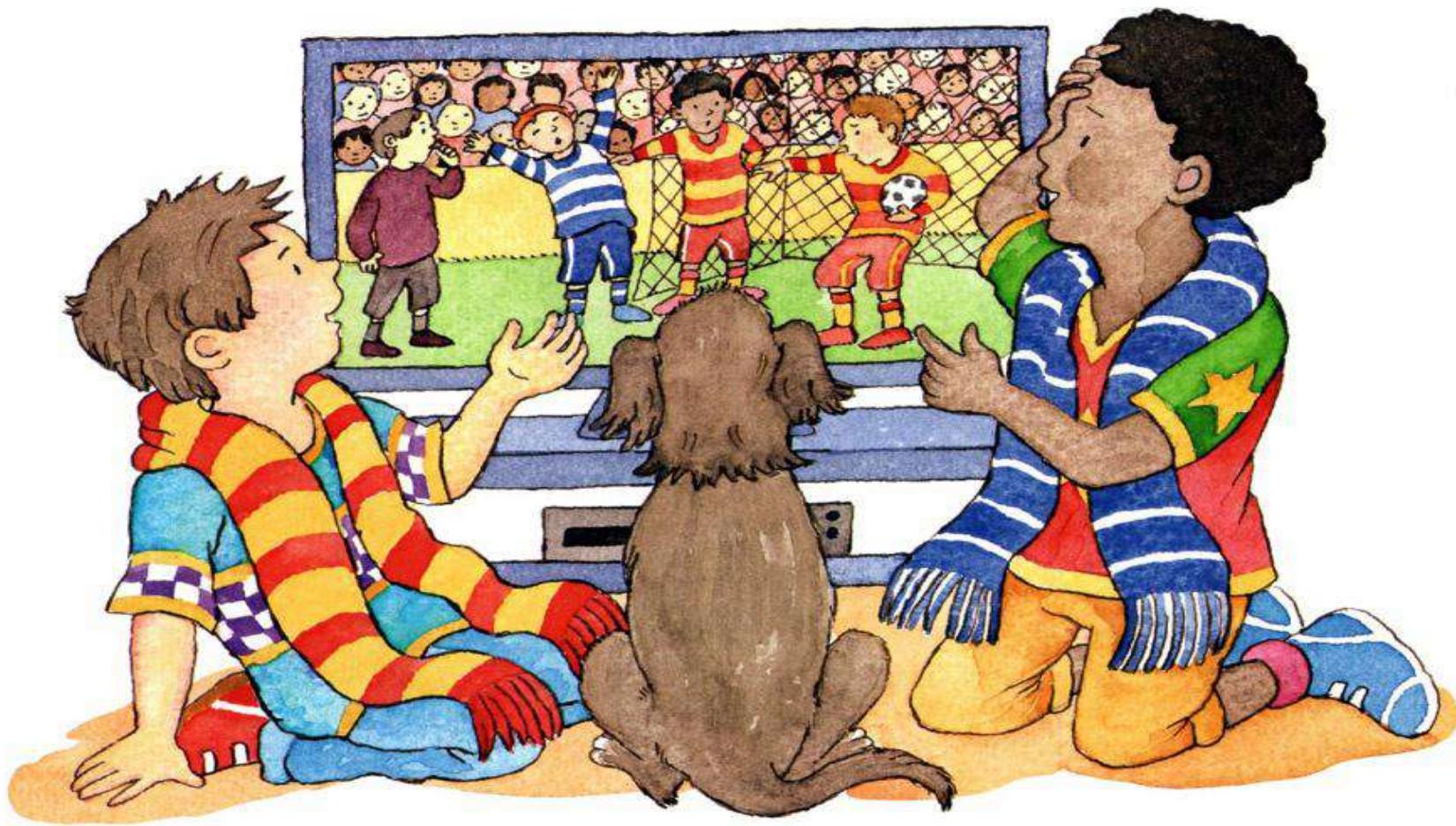
क्योंकि जब तुम डरते हो, तो तुम्हें दूसरा व्यक्ति अपने से
बड़ा, बेहतर, और अधिक शक्तिशाली नज़र आता है.



आदर और इज़्ज़त से तुम्हें लगेगा कि तुम भी दूसरों की तरह ही महत्वपूर्ण हो.



आदर का मतलब यह नहीं, कि तुम हमेशा उस व्यक्ति के विचारों से सहमत हो.



हरेक को अपनी भावनाओं और विचारों का हक्क है

– जो तुम्हारी मान्यताओं से बिल्कुल अलग हो सकते हैं.



अगर तुम किसी का आदर करते हो तो यह समझने की कोशिश करो कि उसे क्यों किसी चीज़ में विश्वास है, जबकि तुम्हारे विचार और सोच उससे बिल्कुल अलग है. उसे भी अपने विचारों का हक्क है. कभी तुम्हें उससे, असहमत होने के लिए सहमत होना पड़ेगा.

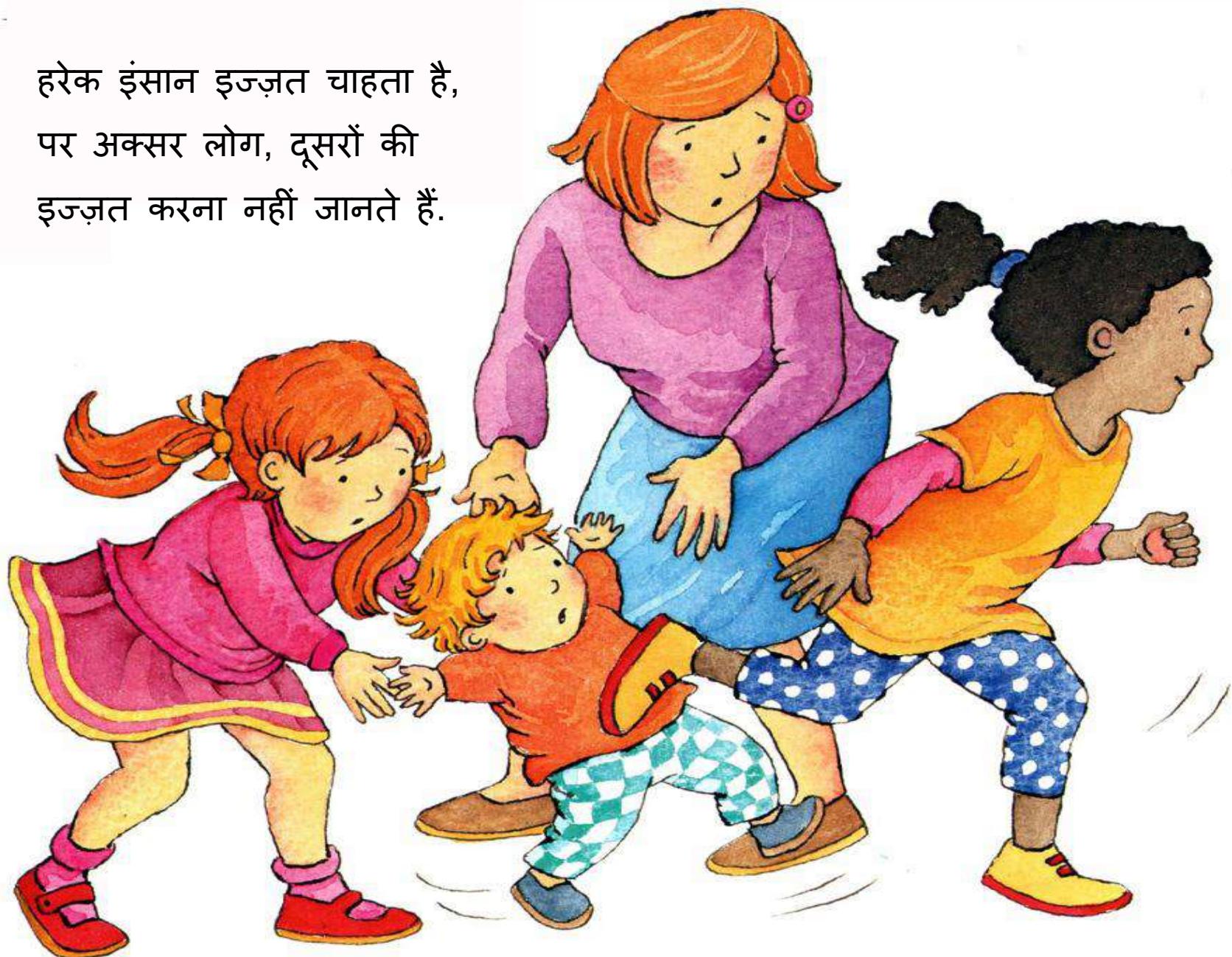


तुम क्या सोचते हो?

क्या तुम्हें वो अवसर याद है जब तुम किसी से असहमत हुए?
ऐसा कोई तरीका खोजो जिससे तुम लोगों को बता सको कि उनके विचारों से असहमत होने के बावजूद भी तुम उनकी इज़्ज़त करते हो?

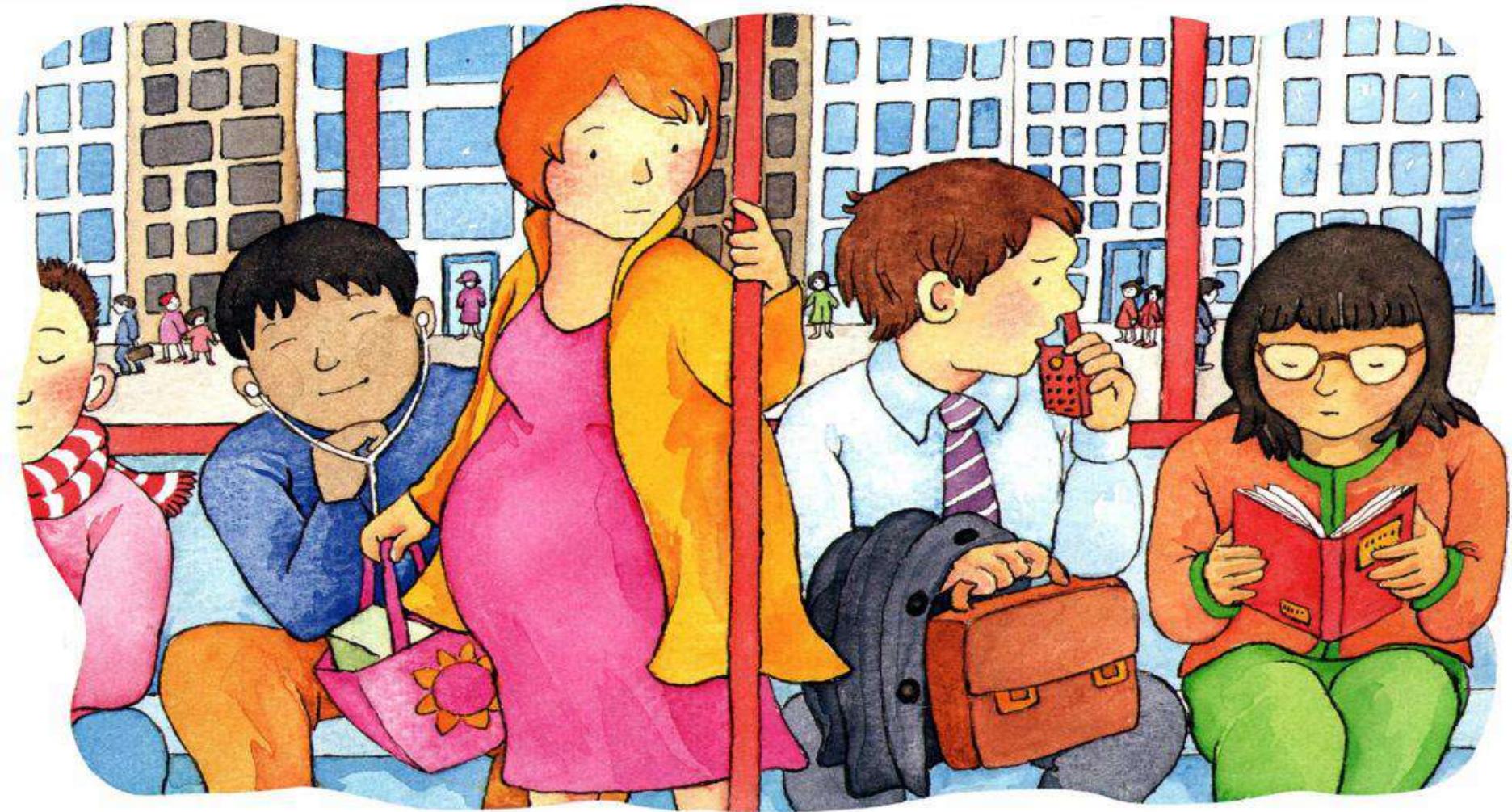


हरेक इंसान इज़्जत चाहता है,
पर अक्सर लोग, दूसरों की
इज़्जत करना नहीं जानते हैं.



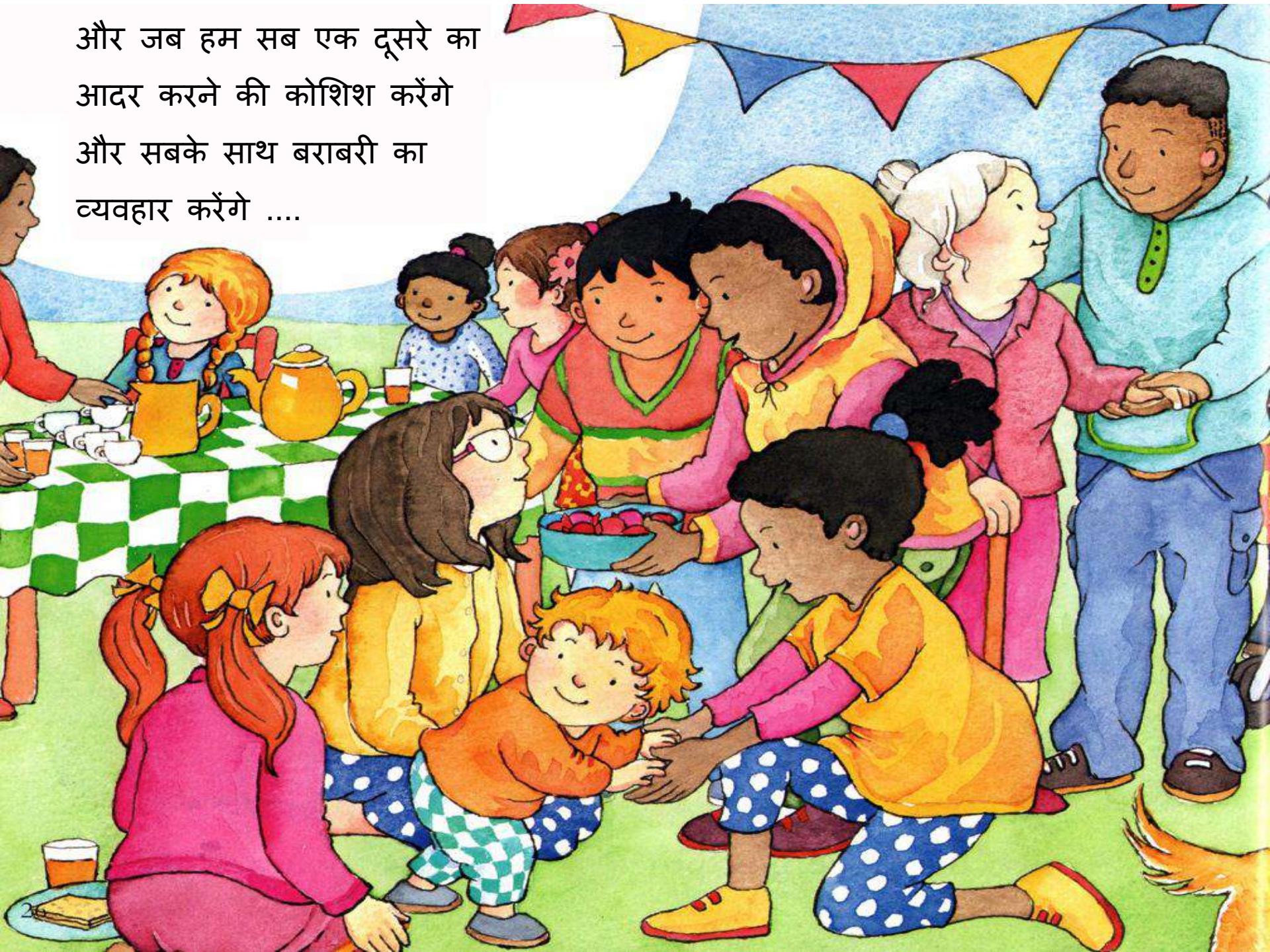


हम सभी को, बड़ों को भी, रोजाना लोगों की
इज़ज़त करने का अभ्यास करना चाहिए....



...क्योंकि तुम जितना अभ्यास करोगे, तुम काम को उतना ही अच्छा कर पाओगे.

और जब हम सब एक दूसरे का
आदर करने की कोशिश करेंगे
और सबके साथ बराबरी का
व्यवहार करेंगे





...तब हमारे स्कूल, कॉलेज और पूरी दुनिया,
काम करने, खेलने और एक-साथ रहने के लिए
एक ज्यादा खुशहाल जगह बनेगी.



पुस्तक का उपयोग कैसे करें

आदर का मतलब है दूसरों की कद्र करना, बिल्कुल उसी तरह जैसे तुम खुद की कद्र करते हो. इस मायने में किसी का आदर करने का मतलब बराबरी से होता है – दूसरों के साथ वही व्यवहार करो, जिसकी तुम उनसे अपेक्षा करते हो.

माता-पिता, किसे बच्चे के पहले शिक्षक और रोल-मॉडल होते हैं. इसलिए बच्चे का आदर और सम्मान करना सबसे ज़रूरी है. उसके लिए आप लोगों से प्यार से बातचीत करें, उनका दुःख-सुख सुनें और मौका पड़ने पर उनकी मदद भी करें. इसकी लिए आप इमानदारी बरतें, कुछ बोलने या करने से पहले सोचें, अपने गुस्से को काबू में रखें और सबके साथ निष्पक्ष व्यवहार करें.

आत्मसम्मान, आदर का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है. जब हम खुद की इज़्ज़त करते हैं तो उससे दूसरों की इज़्ज़त करना आसान हो जाता है. जिन बच्चों को इज़्ज़त और आत्मसम्मान मिलता है, वे खुद की और अपने सामान की अच्छी देखभाल करते हैं. ऐसे बच्चे, दूसरों का भी आदर करते हैं.

बच्चों को यह भी सिखाएं कि आदर का मतलब, लड़ाई न करने, से अधिक है. इसके लिए ज़रूरी है कि लोग एक-दूसरे से बातचीत करें, अपने बीच के अंतरों को समझें, और उनमें सहयोग और समझौता करने की भावना पनपे. बच्चे भी यह समझें कि अक्सर सबसे अच्छा हल होगा – **असहमति के लिए सहमत होना**. सभी समस्याओं का हल नहीं होगा. पर उसका यह मतलब नहीं कि वे एक-दूसरे का आदर न करें और साथ-साथ शांति से न रहें.



बहुसंस्कृतियों वाले समाज में आदर बहुत ज़रूरी है. बच्चों को विविधता सिखाने के कई तरीके हैं. घर में चर्चा करें जिससे बच्चे, लोगों के बीच अंतरों और समानताओं को समझें. आधुनिक जीवन में हम दूसरी संस्कृतियों के बहुत पक्षों को अपनाते हैं – मिसाल के लिए हम जो कपड़े पहनते हैं, जो संगीत सुनते हैं (विशेषकर अंग्रेजी भाषा ने दूसरी भाषाओं के कई शब्द उधार लिए हैं). इसके बारे में अपने बच्चों को बताएं. इससे वो दूसरी संस्कृतियों का आदर करना सीखेंगे.

स्कूल एक आदर्श स्थान है जहाँ बच्चे आदर, सहष्णुता और संस्कृतियों की विविधता को समझ सकते हैं. इसके लिए बच्चों के बैठने के स्थान की अदला-बदला करें, जिससे वे अन्य धर्मों, देशों, संस्कृतियों के बच्चों के साथ मिल-बैठ सकें, और मिली-जुली संस्कृति वाले बच्चों के समूह में काम कर सकें.

आदर क्या है? आदर क्या नहीं है? कक्षा में दोनों विषयों पर चर्चा करें. किस तरह के व्यवहार को आप बैर्ड्ज़ज़ती मानेंगे? बच्चे अपने अनुभवों के आधार पर - अशिष्टता, नस्लवाद, डराना-धमकाना, अफवाह, आलोचना और अपमान आदि के उदाहरण दे सकते हैं.

भिन्न लोगों की भोजन, पहनने आदि की रुचियाँ अलग-अलग हो सकती हैं. इसके लिए बच्चे एक समूह में अपने प्रिय भोजन के बारे में एक-दूसरे को बताएं. बच्चों द्वारा अपने-अपने प्रिय भोजन के बारे में बताने के बाद, वो भोजन खोजें जो कुछ को पसंद हो, पर दूसरों को नापसंद. इस चर्चा से एक फायदा होगा – लोग अलग-अलग संस्कृतियों से आने के बावजूद एक-दूसरे के साथ से इज़ज़त से पेश आएंगे.

बच्चों के छोटे समूहों में इस बात पर चर्चा करने को कहें – “मैं ‘आदर’ शब्द से क्या समझता हूँ?” बच्चों से कहें कि चर्चा करके वे एक ऐसा “सुनहरा नियम” खोजें जिससे क्लास में सब एक-दूसरे का आदर कर सकें.